

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Subjective Well Being*

1. *Pengertian Subjective Well Being*

Kebahagiaan pada umumnya berada di bawah penyelidikan *subjective well being*; kepuasan hidup jangka panjang, kebahagiaan, dan *subjective well being* sering digunakan secara bergantian sebagai sinonim.

Konstruk dari *subjective well being* terdiri dari respon emosional seperti afek positif dan negatif dan penilaian secara umum tentang kepuasan hidup (Proctor dkk, 2010: 155). Park (2004: 25) *subjective well-being* atau kebahagiaan (*happiness*) sudah sejak lama dianggap sebagai komponen inti dari hidup yang baik (*good of life*). Carr (2004: 47) memberikan definisi yang sama antara kebahagiaan (*happiness*) dengan *subjective well being* yakni sebuah keadaan psikologis positif yang dicirikan dengan tingginya tingkat kepuasan terhadap hidup, tingginya tingkat emosi positif dan rendahnya tingkat emosi negatif.

Diener, dkk (2003: 404) menyatakan bahwa bidang *subjective well being* (SWB) terdiri dari analisis ilmiah tentang bagaimana orang mengevaluasi baik kehidupan mereka saat ini dan untuk waktu yang lebih lama seperti selama satu tahun terakhir. Evaluasi ini meliputi reaksi emosional orang terhadap suatu peristiwa, suasana hati, dan pertimbangan yang dibentuk tentang kepuasan hidup, pencapaian, dan kepuasan pada domain (daerah) seperti pernikahan dan pekerjaan. *Subjective well being* menyangkut studi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tentang apa yang orang awam sebut sebagai kebahagiaan atau kepuasan. *Subjective well being* merujuk pada bagaimana seseorang mengalami kualitas dalam hidupnya, termasuk dalam serta penilaian kognitif reaksi emosional (Diener, 1984: 524).

Diener (2000: 34) mengatakan *subjective well being* mengacu pada evaluasi seseorang tentang kehidupan mereka, sebuah evaluasi mengenai afektif dan kognitif. Orang-orang yang mengalami *subjectif well being* dapat merasakan emosi menyenangkan dan sedikit emosi yang tidak menyenangkan, ketika ia terlibat dalam kegiatan menarik atau ketika ia memiliki banyak kesenangan dan sedikit rasa sakit, dan ketika mereka puas dengan kehidupannya. *Subjective well being* juga mengacu pada bagaimana orang menilai hidupnya, termasuk variabel seperti kepuasan hidup dan kepuasan pernikahan, kurangnya depresi dan kecemasan, dan suasana hati dan emosi positif (Diener, 1997: 1). Veenhouven (dalam Diener, 1994: 106) menjelaskan bahwa *subjective well being* merupakan tingkat di mana seseorang menilai kualitas kehidupannya sebagai sesuatu yang diharapkan dan merasakan emosi-emosi yang menyenangkan. Individu ini akan lebih mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik. Sedangkan individu dengan *subjective well being* yang rendah, memandang rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan dan oleh sebab itu timbul emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi, dan kemarahan (Myers & Diener, 1995: 11).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Subjective well being adalah evaluasi seseorang terhadap kehidupannya baik dari segi kognitif seperti kepuasan hidup dan dari segi afektif dimana banyaknya mengalami afek positif atau afek yang menyenangkan seperti kegembiraan, kelegaan hati, kasih sayang, sedikit mengalami afek negatif atau afek yang tidak menyenangkan seperti ketakutan, kemarahan, dan kesedihan, serta pendapat pribadi mengenai kepuasan hidup.

2. Komponen *Subjective Well Being*

Komponen utama *subjective well being* menurut Diener dkk (2003: 191) terdiri dari empat komponen, yaitu afek positif, afek negatif, kepuasan hidup, dan wilayah kepuasan hidup.

a. Afek Positif

Afek positif merupakan refleksi dari antusias, aktif, dan siaga. Afek positif yang tinggi berupa energi yang tinggi, konsentrasi penuh, dan pengalaman yang menyenangkan, sebaliknya afek positif yang rendah, pengalaman yang tidak menyenangkan dan keadaan fisik yang lemah (Watson dkk, 1988: 1063). Diener dkk (2003: 193) afek positif adalah kombinasi dari gairah dan kenikmatan dan itu termasuk kedalam emosi seperti aktif, waspada, dan gembira. Afek positif menunjukkan suasana hati dan emosi menyenangkan, seperti suka cita dan kasih sayang. Emosi positif atau menyenangkan adalah bagian dari *subjective well being* karena mencerminkan reaksi seseorang terhadap peristiwa yang menunjukkan bahwa hidup berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Kategori utama emosi positif atau menyenangkan termasuk orang-orang yang memiliki

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

gairah rendah (kepuasan), gairah sedang (kesenangan), dan gairah yang tinggi (euforia). Hal tersebut mencakup reaksi positif terhadap orang lain (kasih sayang), reaksi positif terhadap kegiatan (minat dan keterlibatan), dan suasana hati positif yang umum (Diener, 2006: 153)

b. Afek Negatif

Diener dkk, (2003: 193) afek negatif adalah kombinasi dari gairah dan persengketaan, dan hal itu termasuk kedalam emosi seperti cemas, marah, dan takut. Afek negatif mencakup suasana hati dan emosi yang tidak menyenangkan dan mewakili respon negatif pengalaman seseorang sebagai reaksi terhadap kehidupan mereka, kesehatan, peristiwa, dan keadaan. Bentuk utama dari reaksi negatif atau tidak menyenangkan adalah kemarahan, kesedihan, kecemasan dan kekhawatiran, stres, frustrasi, rasa bersalah dan rasa malu, dan iri hati. Bagian negatif lainnya seperti kesepian atau tidak berdaya, juga dapat menjadi indikator dari rasa sakit. Beberapa emosi negatif sangat mungkin terjadi dalam hidup dan diperlukan untuk fungsi yang efektif, tetapi emosi negatif yang sering dan berkepanjangan menunjukkan bahwa seseorang meyakini bahwa hidupnya berjalan dengan buruk. Emosi negatif yang berkelanjutan dapat mengganggu fungsi efektif, serta membuat hidup tidak menyenangkan (Diener, 2006: 153).

c. Kepuasan Hidup

Kepuasan hidup merupakan penilaian kognitif individu mengenai kehidupannya, apakah kehidupan yang dijalannya berjalan dengan baik. Individu memiliki perasaan cukup, damai, dan puas dari kesenjangan antara keinginan dan kebutuhan dengan pencapaian dan pemenuhan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

(Diener, 1994). Kepuasan hidup merupakan laporan tentang bagaimana seseorang mengevaluasi atau melakukan penilaian mereka terhadap hidupnya. Istilah “hidup” dapat didefinisikan sebagai semua bidang seseorang pada suatu titik waktu tertentu, atau sebagai penilaian integratif tentang kehidupan seseorang sejak lahir (Diener, 2006: 154).

d. Wilayah Kepuasan

Wilayah kepuasan mencerminkan evaluasi seseorang dari wilayah spesifik dalam hidupnya (Diener dkk, 2003: 153). Wilayah Kepuasan adalah seseorang membuat penilaian dalam mengevaluasi wilayah utama dalam hidup, seperti kesehatan fisik dan mental, pekerjaan, rekreasi, hubungan sosial, dan keluarga. Biasanya orang menunjukkan seberapa puas mereka dengan berbagai daerah, tetapi mereka mungkin juga menunjukkan betapa mereka menyukai kehidupan mereka di setiap daerah, bagaimana mendekati ideal mereka di masing-masing daerah, berapa banyak kenikmatan yang mereka alami di setiap daerah, dan berapa banyak mereka ingin mengubah hidup mereka di masing-masing daerah. Penilaian dari aspek-aspek tertentu dari kesejahteraan dan rasa sakit, seperti merasa positif dan percaya terhadap tetangga dan masyarakat, dan perasaan keterlibatan di tempat kerja, harus membuktikan dapat membantu membuat kebijakan di luar langkah-langkah yang global (Diener, 2006: 154).

Komponen *subjective well being* menurut Diener (2003) terdiri dari dari empat komponen, yang pertama adalah afek positif, yaitu suasana hati

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan emosi yang menyenangkan. Kedua afek negatif yaitu suasana hati dan emosi yang tidak menyenangkan, yang ketiga kepuasan hidup yaitu penilaian kognitif individu terhadap hidupnya, apakah hidupnya berjalan dengan baik. Penilaian ini mencakup semua bidang yang ada dalam hidupnya. Keempat wilayah kepuasan hidup, yaitu evaluasi seseorang terhadap wilayah spesifik dalam hidupnya.

3. Faktor Yang Mempengaruhi *Subjective Well Being*

Berbagai hasil penelitian dan literatur telah menghasilkan sejumlah variabel yang dianggap sebagai faktor yang mempengaruhi *subjective well being* yang signifikan, di antara yaitu:

a. Kelekatan

Kelekatan dapat digambarkan sebagai ikatan rasa sayang yang abadi dengan intensitas yang kuat (Armsdern & Greenberg 1987: 428). Kelekatan yang aman antara remaja dan orangtua, maka akan terjalin kelekatan yang aman antara remaja dengan orangtua dan teman sebaya, yang kemudian kelekatan yang aman antara remaja dengan orangtua dan teman sebaya akan meningkatkan kepuasan hidup remaja (Susanti, 2013: 19), kemudian Nickerson dan Nagle (2004: 51) mengatakan kelekatan dengan kedua orangtua dan teman sebaya dapat memberikan kepuasan hidup dimana kepuasan hidup adalah salah satu dimensi dari *subjective well being*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

b. *Character strengths*

Park dkk (2004: 603) individu yang memiliki karakter positif disebut individu yang memiliki karakter yang kuat yang direfleksikan dalam pikiran, perasaan, dan perilaku. Proctor dkk (2011: 167) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa individu yang memiliki *strengths* atau kekuatan akan memiliki *subjective well being* yang tinggi, dan *subjective well being* yang tinggi berkaitan dengan mental dan psikis dari kualitas hidup dan kesehatan. Penelitiannya juga menyatakan bahwa *strengths* adalah prediktor unik dari *subjective well being* ketika digunakan untuk mengendalikan harga diri dan kepercayaan diri, dengan menggunakan *strengths* dapat memprediksi pengaruh unik dari *character strengths* yang spesifik pada *subjective well being*. Individu yang memiliki *character strengths* akan lebih banyak mengalami *subjective well being* (Govindji & Linley, 2007: 149).

c. Hubungan Sosial

Seligman (dalam Diener & Scollon, 2003: 9) menunjukkan bahwa semua orang yang paling bahagia memiliki kualitas hubungan sosial yang dinilai baik. Diener dan Scollon (2003: 9) menyatakan bahwa hubungan yang dinilai baik tersebut harus mencakup dua dari tiga hubungan sosial berikut ini, yaitu keluarga, teman, dan hubungan romantis.

d. Harga Diri

Eddington dan Shuman (2008: 7) menyatakan harga diri berhubungan kuat secara positif di budaya barat. Hubungan yang kuat antara harga diri dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjective well being tidak ditemukan secara konsisten di beberapa negara, terutama di negara-negara penganut sistem kolektif seperti di Hong Kong. Di negara-negara tersebut, otonomi dan tuntutan pribadi dianggap tidak lebih penting daripada kesatuan keluarga dan sosial sehingga harga diri menjadi prediktor *subjective well being* yang kurang. Penelitian Myers & Diener (1995: 14) menyatakan bahwa harga diri menjadi salah satu karakteristik yang terdapat dalam sifat manusia dan mampu menjadi salah satu komponen kebahagiaan.

e. Optimis

Schaier dan Carver (dalam Eddington & Shuman, 2008: 8) menyatakan optimisme sebagai kecenderungan untuk berharap hasil yang menyenangkan pada kehidupan seseorang. Secara spesifik, mereka yang mempercayai bahwa dirinya akan mendapat hasil yang positif, lebih mungkin untuk meraih tujuannya.

f. Tujuan

Studi mengenai tujuan dan hubungannya dengan *subjective well being* telah memberikan kontribusi yang sangat penting untuk konseptualisasi teoritis dari kebahagiaan (Diener dkk, 1999: 285). Carr (2004: 33) menyatakan bahwa semakin terorganisir dan konsisten tujuan dan aspirasi seseorang dengan lingkungannya, maka ia akan semakin bahagia, dan orang yang memiliki tujuan yang jelas akan lebih bahagia.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

g. Kepribadian

Kepribadian adalah salah satu faktor yang terkuat dan paling konsisten dari *subjective well being*. Bukti kepribadian terkait *subjective well being* berasal dari berbagai tradisi penelitian dan metodologi (Diener, 1999: 279). Ciri-ciri yang paling menerima perhatian empiris dalam kaitannya dengan *subjective well being* adalah *extraversion* dan *neuroticism* (Eddington & Shumman, 2008: 7). *Extraversion* meliputi karakteristik seperti sosialisasi, pencarian stimulus, kekuasaan, tingginya aktivitas, kehangatan, dan berkorelasi dengan emosi yang menyenangkan, seperti suka cita dan kasih sayang. *neuroticism* meliputi karakteristik seperti kecemasan, pesimis, sifat cepat marah, keluhan terhadap tubuh dan sensitifitas interpersonal dalam hal lain yang mencakup berbagai macam pikiran dan emosi yang tidak menyenangkan. Magnus dan Diener (dalam Eddington & Shummon, 2008: 7) menunjukkan bahwa *extraversion* dan *neuroticism* memprediksi skor kepuasan hidup selama empat tahun, kepribadian adalah prediktor yang kuat dari kepuasan hidup daripada peristiwa kehidupan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well being* seperti kelekatan, *character strengths*, hubungan sosial, harga diri, optimis, tujuan, dan kepribadian.

B. Kelekatan

1. Pengertian Kelekatan

Kelekatan dapat digambarkan sebagai ikatan rasa sayang yang abadi dengan intensitas yang kuat (Armsdern & Greenberg 1987: 428). Kelekatan adalah ikatan emosional yang abadi dan resiprokal antara bayi dan pengasuhnya, yang sama-sama memberikan kontribusi terhadap kualitas hubungan tersebut (Papalia dkk, 2008: 274). Kelekatan menurut Bowlby (dalam Upton, 2012: 83) dapat memberikan keterhubungan psikologis yang abadi diantara sesama manusia. Bowlby meyakini bahwa kelekatan merupakan ikatan paling awal yang terbentuk antara anak-anak dengan orang-orang yang mengasuh mereka yang berdampak pada pembentukan hubungan yang berlangsung sepanjang hidup (Upton, 2012: 83). Armsden dan Greenberg (1987: 428) kelekatan adalah ikatan afeksi dengan intensitas yang kuat. Santrock (2002: 196), mengatakan kelekatan mengacu kepada suatu relasi antara dua orang yang memiliki perasaan yang kuat satu dengan yang lain dan melakukan banyak hal bersama untuk melanjutkan relasi tersebut. Dalam psikologi perkembangan, kelekatan diartikan sebagai adanya daya suatu relasi antara figur sosial tertentu dengan suatu fenomena tertentu yang dianggap mencerminkan karakteristik relasi yang unik. Santrock (2011: 219) juga mengatakan kelekatan adalah ikatan emosional yang kuat antara dua orang.

Ervika (2005: 4) kelekatan adalah suatu hubungan emosional atau hubungan yang bersifat afektif antara satu individu dengan individu lainnya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang mempunyai arti khusus, dalam hal ini biasanya hubungan ditujukan pada ibu atau pengasuhnya dan hubungan yang dibina bersifat timbal balik, bertahan cukup lama dan memberikan rasa aman walaupun figur lekat tidak tampak dalam pandangan anak.

Kelekatan merupakan ikatan emosional yang memberikan keterhubungan psikologis yang abadi atau relasi antara dua orang yang memiliki perasaan yang kuat satu dengan yang lainnya yang bersifat timbal balik, bertahan cukup lama, memberikan rasa aman walaupun figur lekat tidak tampak dan berdampak pada pembentukan hubungan yang berlangsung sepanjang hidup.

2. Tipe Kelekatan

Bowlby dan Ainsworth (dalam Santrock, 2002: 196), menyebutkan *attachment style* terbagi ke dalam dua kelompok besar yaitu *secure attachment* dan *insecure attachment*. Mengacu pada paradigma Bowlby dan Ainsworth, Armsden dan Greenberg (1987) membagi tiga dimensi dari kelekatan yaitu kepercayaan, komunikasi dan keterasingan. Kepercayaan dan komunikasi masuk kedalam tipe kelekatan aman sedangkan keterasingan yang masuk kedalam kelekatan menghindar.

a. Kepercayaan (*Trust*)

Terkait dengan kepercayaan remaja bahwa orangtua dan teman sebaya dalam memahami dan menghormati kebutuhan dan keinginan mereka (Gorrese & Ruggieri, 2012: 651). Kepercayaan dapat didefinisikan sebagai perasaan aman dan keyakinan terhadap orang lain yang akan memenuhi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kebutuhannya. Kepercayaan merupakan hasil dari hubungan yang kuat bagi mereka yang bergantung terhadap orang lain. Lebih lanjut, kepercayaan merupakan komponen dari hubungan yang kuat antara remaja dengan figur kelekatan yang menitikberatkan pada ketersediaan pengetahuan saat dibutuhkan dari figur kelekatan. Dengan kata lain, adanya kepercayaan terhadap figur kelekatan dikarenakan situasi positif masa lalu yang berhubungan dengan kepercayaan (Barrocas, 2009: 11).

b. Komunikasi (*Communication*)

Persepsi remaja menunjukkan bahwa orangtua dan teman sebaya sensitif dan responsif terhadap keadaan emosional mereka dan menilai tingkat dan kualitas dari keterlibatan dan komunikasi lisan dengan mereka (Gorrese & Ruggieri, 2012: 651). Hubungan komunikasi orangtua anak bergantung pada kelekatan yang dibangun dan berlangsung terus menerus sejak dini. Lebih spesifik Segrin dan flora (dalam Barrocas, 2009) berpendapat bahwa hubungan timbal balik didefinisikan sebagai komunikasi timbal balik yang sadar, sinkron yang didefinisikan sebagai komunikasi yang terjadi secara harmonis, hal tersebut adalah aspek komunikasi yang membantu menciptakan ikatan emosional yang kuat antara orangtua dan anak-anak dalam masa pertumbuhan. Hubungan timbal balik orangtua-anak yang kuat penting dalam sepanjang hidup. Remaja mencari kedekatan dan kenyamanan dalam bentuk saran ketika mereka merasa diperlukan. Karena itu mungkin sangat penting bagi remaja. Selama masa remaja hubungan orangtua-anak tergantung pada kedekatan, yang didirikan dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berkelanjutan dari tahap awal, dan konflik yang membantu jarak remaja dalam arti psikologis dari orangtua. Keterbukaan antara orangtua dan remaja terkait dengan memiliki “iklim emosional yang positif” (Barrocas, 2009: 10).

c. Keterasingan (*Alienation*)

Perasaan remaja yang terisolasi, marah, dan keterasingan dari hubungan kelekatan dengan orangtua dan teman sebaya (Gorrese & Ruggieri, 2012: 651). Keterasingan berhubungan dengan menghindari diri dan penolakan. Ketika seseorang merasa atau menyadari bahwa figur tidak hadir, kelekatan menjadi tidak aman, dan mungkin berdasarkan pikiran terasing (Barrocas, 2009: 25).

Bowlby dan Ainsworth (dalam Santrock, 2002: 196), menyebutkan *attachment style* terbagi ke dalam dua kelompok besar yaitu *secure attachment* dan *insecure attachment*. Mengacu pada paradigma Bowlby dan Ainsworth, Armsden dan Greenberg (1987) membagi tiga dimensi dari kelekatan yaitu kepercayaan, komunikasi dan keterasingan. Kepercayaan dan komunikasi masuk kedalam tipe kelekatan aman sedangkan keterasingan yang masuk kedalam kelekatan menghindar.

C. *Character Strengths*

1. Pengertian *Character Strengths*

Peterson & Seligman (2004: 13-14) memperkenalkan *character strengths* atau kekuatan karakter sebagai salah satu bidang kajian Psikologi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Positif. *Character strengths* secara langsung dikaitkan dengan kebajikan karena *character strengths* dipandang sebagai unsur-unsur yang membangun kebajikan (*Virtues*). *Character strengths* adalah karakter atau watak positif yang berkontribusi besar dalam mewujudkan sepenuhnya potensi cita-cita seseorang dalam kehidupan yang baik, yang bermanfaat bagi dirinya, orang lain, dan bangsanya. *Character strengths* atau kekuatan karakter adalah trait positif yang terdiri dari karakter yang baik. Karakter yang baik adalah kualitas dari individu yang membuat individu terus dipandang baik secara moral (Park & Peterson, 2009: 1). Park dkk (2004: 603) menyatakan individu yang memiliki karakter positif disebut individu yang memiliki karakter yang kuat yang direfleksikan dalam pikiran, perasaan, dan perilaku.

Character strengths atau kekuatan karakter adalah karakter atau watak positif atau trait positif yang terdiri dari karakter yang baik yang mengarahkan individu pada pencapaian keutamaan yang terefleksikan dalam pikiran, perasaan, dan tingkah laku serta berkontribusi dalam mewujudkan sepenuhnya potensi cita-cita seseorang dalam kehidupan yang baik.

2. Kriteria *Character Strengths*

Dapat dikatakan sebagai *character strengths*, karakter positif harus memenuhi sebagian besar dari sepuluh kriteria yang ditetapkan (Peterson & Seligman, 2004: 17-27) yaitu:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. *Strength*, memberikan sumbangan pada berbagai kebutuhan yang mengarahkan pada kehidupan yang baik untuk diri sendiri dan orang lain. Meskipun *strengths* dan kebajikan menentukan bagaimana individu berhadapan dengan ketahanan, fokus utama pada bagaimana *strengths* dan *virtues* mampu memenuhi kebutuhan individu.
- b. Meskipun *strengths* mampu dan dapat memberikan hasil yang diinginkan, setiap *strengths* secara moral dinilai dalam dirinya sendiri, walaupun hasil yang didapat tidak menguntungkan secara ekonomi
- c. Pemunculan *strength* oleh satu orang tidak melemahkan orang lain yang ada disekitarnya.
- d. Mampu membuat frase yang bertentangan (*opposite*) dari *strength* yang diduga tepat dan bersifat bipolar.
- e. *Strngth* harus melampaui tingkah laku, pikiran, perasaan, dan aksi, sehingga dapat diukur. *Strength* seperti layaknya sifat yang memiliki tingkatan dalam generalisasi antar situasi dan stabilitas dari waktu ke waktu
- f. *Strength* berbeda dari trait positif lainnya dalam hal klasifikasi dan tidak dapat dipisahkan dari klasifikasinya
- g. *Character strengrh* diwujudkan dalam tauladan yang konsensual.
- h. Kriteria yang luar biasa juga termasuk kedalam *strengths*, seperti halnya intelegensi, beberapa *strenghts* juga memiliki kategori jenius atau luar biasa.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- i. Kriteria yang lain dari *character strength* adalah memperhatikan wujud dari individu yang menunjukkan ketiadaan *strength* dalam hidupnya.
- j. Masyarakat yang lebih luas menyediakan instuisi dan kegiatan yang mengasahkan dan memproduksi *strength* dan kebajikan secara berkelanjutan.

Kriteria *character strengths* yaitu mampu memberikan sumbangan pada berbagai kebutuhan yang mengarahkan pada kehidupan yang baik, setiap *strengths* secara moral dinilai dalam dirinya sendiri, pemunculan *strength* oleh satu orang tidak melemahkan orang lain yang ada disekitarnya, mampu membuat frase yang bertentangan, mampu harus melampaui tingkah laku, pikiran, perasaan, dan aksi, sehingga dapat diukur, berbeda dari trait positif lainnya, diwujudkan dalam tauladan yang konsensual, memperhatikan wujud dari individu yang menunjukkan ketiadaan *strength* dalam hidupnya, dan menyediakan instuisi dan kegiatan yang mengasahkan dan memproduksi *strength* dan kebajikan secara berkelanjutan.

3. Klasifikasi *Character Strength*

Klasifikasi enam kebajikan serta 24 *character strengths* yang dimiliki individu (Peterson & Seligman, 2004: 29-30) yaitu:

- a. Kearifan dan Pengetahuan (*Wisdom and Knowledge*)

Strengths (kekuatan) dari kearifan meliputi sikap positif yang berhubungan dengan kemahiran dan menggunakan informasi dalam memberikan pelayanan untuk mencapai kehidupan yang berkualitas. Kekuatan dari kearifan dan pengetahuan merupakan aspek kognitif yang meliputi:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Kreativitas (*Creativity*)

Individu yang kreatif harus memiliki ide atau tingkah laku yang orisinal, unik, baru, mengejutkan dan tidak biasa. Selain itu, kreativitas individu harus memberikan kontribusi positif terhadap kehidupannya dan juga kehidupan orang lain.

2. Keingintahuan (*Curiosity*)

Keingintahuan merupakan salah satu dasar yang penting dari pengalaman. Individu yang memiliki rasa ingin tahu menyukai pengalaman-pengalaman baru yang unik, bervariasi, dan menantang.

3. Keterbukaan Pikiran (*Open Mindedness*)

Keterbukaan pikiran yaitu memikirkan segala sesuatu dan mempertimbangkannya dari segala sisi, tidak langsung membuat kesimpulan, mampu mengubah dan mempertimbangkan suatu pemikiran berdasarkan bukti-bukti yang ada.

4. Kecintaan Belajar (*Love Of Learning*)

Kecintaan belajar digambarkan sebagai cara individu dalam menguasai keterampilan baru, topik, dan semua pengetahuan baik secara umum ataupun spesifik. Jika individu memiliki kekuatan (*strengths*) kecintaan belajar, maka individu tersebut akan menyatu secara kognitif.

5. Perspektif (*Perspective*)

Kekuatan perspektif mengacu kepada kemampuan untuk memberikan nasehat yang bijaksana kepada orang lain dan memiliki cara yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pandang yang baik dalam melihat dunia baik bagi diri sendiri maupun orang lain.

b. Keteguhan Hati (*Courage*)

Keteguhan hati merupakan kekuatan emosional yang melibatkan keinginan untuk mencapai tujuan pribadi walaupun terdapat halangan baik yang bersifat internal maupun eksternal dalam pencapaiannya. Kekuatan atau *strength* dari keteguhan hati meliputi:

1. Keberanian (*Bravery*)

Tidak takut terhadap ancaman, tantangan, kesulitan, atau rasa sakit.

Berbicara tentang kebenaran walaupun menyakitkan dan bertindak atas keyakinan walaupun tindak dilihat orang lain.

2. Ketekunan (*Persistence*)

Menyelesaikan semua pekerjaan yang telah dimulai, bertahan dalam suatu pekerjaan meskipun terdapat hambatan, dan merasa puas ketika menyelesaikan semua pekerjaan.

3. Integritas (*Integrity*)

Berbicara tentang kebenaran, memperlihatkan diri dengan cara yang tulus dan tidak berpura-pura, dan mampu bertanggung jawab atas perbuatan dan tindakan yang dilakukan.

4. Vitalitas (*Vitality*)

Individu yang memiliki kekuatan (*strengths*) ini menjalani hidup dengan penuh semangat tidak melakukan sesuatu setengah-setengah, menjalani hidup sebagai seorang petualang, merasakan hidup bahagia dan aktif.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. Perikemanusiaan (*Humanity*)

Perikemanusiaan merupakan kekuatan yang berkaitan dengan interpersonal termasuk kemurahan hati, berbuat kebaikan walaupun tidak akan mendapatkan balasan. Kekuatan dari perikemanusiaan yaitu:

1. Cinta (*Love*)

Menghargai hubungan dekat dengan orang lain sangat penting, terutama saling berbagi dan saling peduli, menjalin hubungan dekat dengan orang lain.

2. Kebaikan (*Kindness*)

Memberikan pertolongan, berbuat baik dan peduli kepada orang lain.

3. Kecerdasan Sosial (*Social Intelligence*)

Peduli terhadap alasan dan perasaan orang lain dan diri sendiri, mengetahui apa yang harus dilakukan untuk menyesuaikan diri dengan situasi sosial yang berbeda, mengetahui apa yang menggerakkan orang lain.

d. Keadilan (*Justice*)

Keadilan merupakan kekuatan pada masyarakat yang melandasi timbulnya kehidupan masyarakat yang sehat. Kekuatan (*strengths*) pada keadilan meliputi:

1. Keanggotaan Kelompok (*Citizenship*)

Kemampuan bekerja dengan baik pada kelompok, loyal pada kelompok, berbagi dengan kelompok.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Keadilan & Persamaan (*Fairness*)

Memperlakukan setiap orang secara sama dan adil, memberikan kesempatan yang sama pada setiap orang, tidak membiarkan perasaan pribadi mempengaruhi keputusan yang menyangkut orang lain dan memberikan kesempatan pada setiap orang.

3. Kepemimpinan (*Leadership*)

Mendorong anggota kelompok untuk menyelesaikan pekerjaan, menjaga hubungan baik dengan anggota kelompok, menyiapkan aktivitas kelompok dan mengevaluasinya.

e. Kesederhanaan (*Temperance*)

Merupakan kekuatan yang melindungi individu dari sesuatu yang berlebihan, dimana kesederhanaan mengacu pada ekspresi yang sesuai dan tidak berlebihan akan sesuatu yang diinginkan. Kekuatan kesederhanaan adalah sebagai berikut:

1. Memaafkan (*Forgiveness dan mercy*)

Memaafkan orang lain yang telah melakukan kesalahan, menerima kekurangan orang lain, memberikan orang lain kesempatan kedua, dan tidak mendendam.

2. Kerendahan hati (*Humility/modesty*)

Membiarkan orang lain menunjukkan prestasinya, tidak mencari perhatian dan tidak menganggap diri lebih spesial dari orang lain.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Kebijakanaksanaan (*Prudence*)

Berhati-hati dengan keputusan yang dibuat, tidak mengambil resiko, tidak mengatakan atau melakukan sesuatu yang tidak bertanggung jawab.

4. Regulasi Diri (*Self-regulation*)

Mampu mengatur perasaan dan tingkah laku, disiplin, mengontrol emosi dan nafsu.

f. Transendensi (*Transcendence*)

Transendensi merupakan kekuatan yang dapat menciptakan hubungan yang dekat antara individu dengan alam semesta dan memberi makna bagi individu tersebut. Kekuatan transcendence terdiri dari:

1. Apresiasi Terhadap Keindahan & Kesempurnaan (*Appreciation Of Beauty And Excellence*)

Mampu menyadari dan mengapresiasi keindahan, spesial, memiliki keterampilan dalam berbagai bidang kehidupan, mulai dari seni hingga matematika, dari ilmu alam hingga pengalaman hidup sehari-hari.

2. Bersyukur (*Gratitude*)

Menyadari dan mensyukuri atas anugerah Tuhan dan menyediakan waktu untuk mengekspresikan rasa syukur.

3. Harapan (*Hope*)

Mengharapkan yang terbaik bagi masa depan dan berusaha keras untuk mewujudkannya, percaya bahwa nasib dapat diubah.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Humor (*Humor*)

Senang tertawa dan bergurau, memberikan senyum kepada orang lain, dan membuat gurauan.

5. Spiritualitas (*Spirituality*)

Memiliki kepercayaan mengenai kekuatan yang besar yang menguasai alam semesta, mempercayai skema yang lebih besar, memiliki kepercayaan terhadap makna hidup yang membentuk perilaku dan kenyamanan.

Character strengths terdiri enam *virtue* serta 24 *character strengths* yang dimiliki individu. Enam *virtue* dan 24 *character strengths* tersebut yaitu, kearifan dan pengetahuan (kreativitas, keingintahuan, keterbukaan pikiran, kecintaan belajar, perspektif), keteguhan hati (keberanian, ketekunan, integritas, vitalitas), perikemanusiaan (cinta, kebaikan, kecerdasan sosial), keadilan (keanggotaan kelompok, keadilan & persamaan, kepemimpinan), kesederhanaan (memafkan, kerendahan hati, kebijaksanaan, regulasi diri), transendensi (apresiasi terhadap keindahan dan kesempurnaan, bersyukur, harapan, humor, spiritualitas) (Peterson & Seligman, 2004).

D. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja dalam bahasa Arab berasal dari kata “*rahaqa*” yang berarti mendekati, sehingga dari segi bahasa masa remaja berarti usia meninggalkan masa anak-anak dan mendekati masa dewasa. Remaja adalah usia peralihan yang menentukan dan mengubah bentuk fisik. Masa ini juga merupakan masa ketika perasaan dan emosi bercampur dengan cepat. Pada masa ini remaja

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tampil dengan sikap yang unik, seperti suka memberontak, cepat marah dan cenderung bersikap keras (Sa'id, 2015: 1). Santrock (2007: 20) mengatakan masa remaja adalah periode peralihan perkembangan dari kanak-kanak kemasa dewasa awal.

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan fisik, kognitif, dan psikososial (Papalia dkk, 2008: 534). Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan baik itu secara biologis, kognitif dan sosioemosional (Santrock, 2007: 20).

Masa remaja adalah usia meninggalkan masa anak-anak dan mendekati masa dewasa dan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan fisik, kognitif, dan psikososial.

2. Batasan Usia Remaja

Analisis mengenai aspek perkembangan dalam masa remaja, yang secara global berlangsung antara umur 12 dan 21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun: masa remaja awal, 15-18 tahun: masa remaja pertengahan, 18-21 tahun: masa remaja akhir (Monks dkk, 2002: 262). Hurlock (1980) awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 sampai 16 atau 17 tahun dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun. Santrock (2007: 20) rentang usia remaja berada usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada sekitar 18 hingga 22 tahun. WHO menetapkan batas usia 10 sampai 20 tahun

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sebagai batasan usia remaja. WHO juga membagi kurun usia tersebut dalam dua bagian, yaitu remaja awal 10 sampai 14 tahun dan remaja akhir 15 sampai 20 tahun (Sarwono, 2011: 20).

3. Tahap-Tahap Perkembangan Remaja

Tiga tahap perkembangan remaja dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, yaitu:

a. Remaja Awal (*Early Adolescent*)

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan- dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis ia sudah berfantasi erotik. Kepekaan yang berlebih-lebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap ego menyebabkan para remaja awal ini sulit dimengerti dan dimengerti orang dewasa.

b. Remaja Madya (*Middle Adolescent*)

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang mengakuinya. Ada kecenderungan narsistis yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu memilih yang mana: peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimistis atau pesimis, idealis atau materialis, dan sebagainya. Remaja pria harus membebaskan diri dari *oedipus complex* (perasaan cinta pada

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ibu sendiri pada masa anak-anak) dengan mempererat hubungan dengan kawankawan.

c. Remaja Akhir (*Late Adolescent*)

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal yaitu:

1. Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek
2. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru
3. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi
4. *Egosentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain
5. Tumbuh "dinding" yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (Sarwono, 2011: 30-31).

Tahapan-tahapan perkembangan remaja terdiri dari tiga tahapan, yaitu remaja awal, remaja madya, dan remaja akhir.

4. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja

William Kay (dalam Jahja, 2011: 238) mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja sebagai berikut:

- a. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
- b. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual atau kelompok.
- d. Menemukan manusia model yang menjadikan identitasnya.
- e. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
- f. Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup (Weltanschauung dalam Jahja, 2011).
- g. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku anak-anak).

Tugas-tugas perkembangan remaja antara lain yaitu, menerima fisiknya sendiri, mencapai kemandirian emosional, mengembangkan keterampilan komunikasi, menemukan manusia model yang menjadikan identitasnya, menerima dirinya sendiri, memperkuat kemampuan pengendalian diri, dan mampu meninggalkan perilaku anak-anak.

E. Kerangka Berpikir

Remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan baik itu secara biologis, kognitif dan sosioemosional (Santrock, 2007: 20). Emosi yang dialami remaja lebih ekstrim dan berlalu cepat dibandingkan orangtuanya. Sebagai contoh, dibandingkan dengan orangtuanya, remaja memiliki kecenderungan lima kali lebih

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

besar untuk melaporkan dirinya berada dalam kondisi “sangat bahagia” dan tiga kali lebih besar untuk melaporkan dirinya berada dalam kondisi “sangat sedih” (Larson & Richards dalam Santrock, 2007: 201). Masa remaja juga dinyatakan sebagai masa badai emosional dan adanya *fluktuasi* emosi (naik turun) berlangsung lebih sering. Remaja bisa merasa sebagai orang yang paling bahagia disuatu saat dan kemudian merasa sebagai orang yang paling malang disaat lain (Santrock, 2007: 201).

Kebahagiaan dalam psikologi positif dikenal dengan sebutan *well being*. *Subjective well being* mengacu pada evaluasi individu terhadap hidupnya, evaluasi ini baik dari sisi afektif maupun kognitif. Individu merasakan *subjective well being* yang tinggi ketika individu tersebut merasakan lebih banyak emosi yang menyenangkan dibanding emosi yang tidak menyenangkan, ketika merasa senang dan sedikit merasa sakit, dan merasa puas dengan kehidupan yang dijalani (Diener, 2000: 34). Seseorang dikatakan memiliki *subjective well being* yang tinggi adalah orang yang puas dengan hidupnya dan sering merasa bahagia, serta jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti sedih atau marah. Sebaliknya, seseorang yang memiliki *subjective well being* yang rendah adalah orang yang kurang puas dengan hidupnya, jarang merasa bahagia, dan lebih sering merasakan emosi yang tidak menyenangkan, seperti marah atau cemas (Diener (1997: 1). Remaja yang memiliki *subjective well being* yang tinggi atau baik ketika remaja merasakan lebih banyak emosi yang menyenangkan, merasa senang, dan merasa puas dengan kehidupan yang dijalani.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Chaplin (2006: 983) menyatakan dampak yang lebih besar dari tidak bahagia yaitu munculnya depresi, stres, kecemasan dan penyimpangan perilaku. Dampak-dampak negatif ini pada kenyataannya masih banyak terjadi pada remaja dikarenakan remaja berada dalam masa penuh tekanan dan tututan sosial yang menyebabkan mereka rentan untuk mengalami masalah, terlebih jika remaja tidak bisa menemukan cara untuk menanggulangi tekanan dan tututan sosial tersebut. Untuk memperoleh *subjective well being* pada remaja, diperlukan kelekatan remaja dengan orangtua. Kelekatan menurut Bowlby (dalam Upton, 2012: 82) dapat memberikan keterhubungan psikologis yang abadi diantara sesama manusia. Bowlby meyakini bahwa kelekatan merupakan ikatan paling awal yang terbentuk antara anak-anak dengan orang-orang yang mengasuh mereka yang berdampak pada pembentukan hubungan yang berlangsung sepanjang hidup (Upton, 2012: 82). Santrock (2002: 196) mengatakan kelekatan mengacu kepada suatu relasi antara dua orang yang memiliki perasaan yang kuat satu dengan yang lain dan melakukan banyak hal bersama untuk melanjutkan relasi tersebut. Diener dan Seligman (dalam Wei dkk, 2011: 193) telah menemukan bahwa memiliki hubungan pribadi yang dekat dengan orang lain memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kebahagiaan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk membangun hubungan pribadi yang erat mungkin memiliki dampak besar pada kesejahteraan.

Kelekatan yang aman dengan orangtua dapat menyangga remaja dari kecemasan dan potensi perasaan depresi yang berkaitan dengan transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Dalam suatu studi, bila remaja memiliki suatu

kelekatan yang aman dengan orangtua mereka, mereka memahami keluarga mereka sebagai keluarga yang kohesif dan mengeluhkan sedikit kecemasan sosial atau perasaan depresi (Papini dkk, 1991). Beberapa penelitian telah memberikan bukti empiris untuk mendukung gagasan bahwa kelekatan pada dewasa berkontribusi dengan kesejahteraan. Armsden & Greenberg (1987: 445) menyatakan kualitas kelekatan orangtua dan teman sebaya pada remaja akhir memiliki hubungan yang tinggi dengan kesejahteraan, khususnya pada harga diri dan kepuasan hidup. Kualitas kelekatan tidak hanya berhubungan kuat dengan kesejahteraan, tetapi juga berkontribusi dalam memprediksi depresi/kecemasan dan kebencian/keterasingan pada remaja. Kelekatan yang aman pada dewasa memberikan hubungan positif dengan afek positif dan kesejahteraan (La Guardia dkk dalam Wei dkk, 2011: 193). Kelekatan dengan pola kecemasan dan menghindar pada dewasa berkorelasi negatif dengan kepuasan hidup dan berkorelasi positif dengan afek negatif (Wei dkk, 2011: 193). Afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup adalah aspek dari *subjective well being*. Ozturk & Mutlu (2010: 176) menyatakan individu dengan gaya kelekatan yang aman cenderung bersedia untuk terlibat dengan emosi mereka sendiri, mereka mencoba untuk memiliki hubungan, termasuk kejujuran, ketulusan dan cinta tanpa syarat, hasilnya mereka menginginkan kebahagiaan di dalam hubungan mereka. Kelekatan pada ibu maupun ayah sama-sama dapat memberikan *subjective well being* pada remaja. Teori Bowlby dan beberapa temuan menunjukkan bahwa ibu masih menjadi figur utama kelekatan pada remaja diikuti oleh teman dan ayah (Laumi & Adiyanti, 2012). Fursternberg dan Marmer, dalam Flouri (2005: 54),

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengatakan keterlibatan yang tinggi antara ayah dan remaja mencegah remaja mengalami tekanan psikologis dan terlibat dalam perilaku yang bermasalah. Artinya remaja yang memiliki kelekatan dengan orangtua akan merasakan *subjective well being* pada dirinya.

Character strengths juga dapat memberikan *subjective well being* pada remaja. *Character strengths* atau kekuatan karakter diartikan sebagai karakter baik yang mengarahkan individu pada pencapaian keutamaan, atau trait positif yang terefleksi dalam pikiran, perasaan dan tingkah laku (Park dkk, 2004: 603). Proctor dkk (2011: 167) mengemukakan bahwa individu yang menggunakan *strengths* atau kekuatan akan memiliki *subjective well being* yang tinggi, dan *subjective well being* yang tinggi berkaitan dengan mental dan psikis dari kualitas hidup dan kesehatan. *Strengths* adalah prediktor unik dari *subjective well being* ketika mengendalikan harga diri dan kepercayaan diri, dan lebih lanjut penggunaan *strengths* dapat memprediksi pengaruh unik dari *character strengths* yang spesifik pada *subjective well being*. Individu yang menggunakan *strengths* akan lebih banyak mengalami kesejahteraan dari segi *subjective well being* (keseimbangan afektif dan kepuasan hidup) (Govindji & Linley, 2007: 149). Park dkk, (2004: 612) juga mengatakan bahwa *character strengths* seperti harapan, semangat, rasa syukur, cinta, dan rasa ingin tahu memiliki korelasi yang tinggi dengan kepuasan hidup, sedangkan *character strengths* tertentu yang lainnya seperti kerendahan hati, apresiasi terhadap keindahan dan kesempurnaan, dan kecintaan belajar tidak.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Park (2004) menyatakan bahwa beberapa *character strengths* tertentu dapat menjadi faktor protektif yang dapat menahan, mencegah, atau mengurangi pengaruh negatif dari stres. Remaja yang mampu menggunakan *character strengths*, akan mampu memperoleh *subjective well being* dalam kehidupannya sehari-hari. *Character strengths* yang ada pada remaja akan membantu remaja dalam meningkatkan afek positif atau afek yang menyenangkan seperti kegembiraan, kelegaan hati, kasih sayang dan sedikit mengalami afek negatif atau afek yang tidak menyenangkan seperti ketakutan, kemarahan, dan kesedihan, serta pendapat pribadi mengenai kepusasan hidup.

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis pada penelitian ini diajukan sebagai dugaan atau jawaban sementara atas permasalahan yang diajukan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Adanya hubungan antara kelekatan orangtua-remaja dan *character strength* dengan *subjective well being* pada remaja.
2. Adanya hubungan antara kelekatan orangtua-remaja dengan *subjective well being* pada remaja.
3. Adanya hubungan antara *character strength* dengan *subjective well being* pada remaja.